Atención Primaria Práctica 5 (2023) 100182



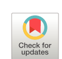
Atención Primaria Práctica

www.elsevier.es/appr

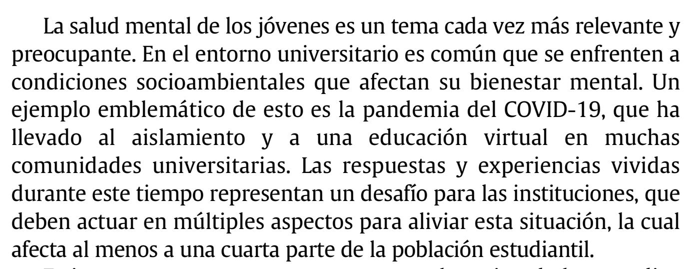


Carta al Director

La salud mental en los jóvenes universitarios: un desafío para las instituciones



Mental health in young university students: A challenge for institutions



La salud mental de los jóvenes es un tema cada vez más relevante y preocupante. En el entorno universitario es común que se enfrenten a condiciones socioambientales que afectan su bienestar mental. Un ejemplo emblemático de esto es la pandemia del COVID-19, que ha llevado al aislamiento y a una educación virtual en muchas comunidades universitarias. Las respuestas y experiencias vividas durante este tiempo representan un desafío para las instituciones, que deben actuar en múltiples aspectos para aliviar esta situación, la cual afecta al menos a una cuarta parte de la población estudiantil.

Es importante tener en cuenta que en el camino de los estudios universitarios, especialmente al principio, los jóvenes se enfrentan a una serie de factores de protección y riesgo. La personalidad y la influencia de variables bio-psico-socio-culturales y espirituales juegan un papel clave en el éxito o fracaso en esta etapa desconocida para muchos universitarios. Para afrontar las situaciones complicadas, los jóvenes adoptan roles defensivos y utilizan herramientas como la esperanza, el coraje, la tenacidad y la empatía. Los factores de riesgo pueden incluir la elección de cursos, la competitividad con los compañeros, el acoso escolar y el inicio de nuevas relaciones amorosas. Ante esto, las instituciones deben proporcionar un ambiente acogedor que tenga en cuenta el estado anímico e intelectual de los estudiantes. Desde actividades sociales y culturales hasta la actitud de los docentes, las instituciones académicas deben recordar que uno de sus objetivos fundamentales es velar por la integridad de los jóvenes universitarios. Para lograrlo, es necesario abordar los desafíos que enfrentan en relación con la salud mental de los estudiantes[1].

Por un lado, es común que las instituciones académicas se centren principalmente en el éxito académico y en el logro de metas; sin embargo, es fundamental recordar que el bienestar psicológico de los jóvenes es determinante para su desarrollo integral y su éxito laboral futuro; por lo tanto, es importante desarrollar una conciencia sobre los trastornos y malestares que afectan la salud mental. Si se integra el marco psicológico en los intereses de las instituciones, se evitará la estigmatización de los trastornos mentales y se garantizará un desarrollo adecuado de los estudiantes en su vida académica. Cuando los estudiantes universitarios tienen una salud mental sólida, pueden enfrentar desafíos con resiliencia, mantener una concentración adecuada y tener una mayor capacidad para superar obstáculos en su camino hacia la graduación[2].

Por otro lado, es importante reconocer que las respuestas de los estudiantes ante situaciones de estrés o demandas emocionales reflejan una creciente necesidad de las instituciones de desarrollar herramientas y estrategias para manejar conflictos internos y comunitarios en los espacios académicos. Los efectos de estas problemáticas en el cuerpo estudiantil también afectan al entorno social donde se desarrollan; por lo tanto, las instituciones deben contemplar los diversos panoramas propios del espacio universitario y del contexto sociocultural que generan efectos reconocibles en los jóvenes estudiantes, como depresión, ansiedad, soledad, irritabilidad, abuso de sustancias y rasgos de personalidad anormales, entre otros[3,4].

En tal sentido, las instituciones educativas deben priorizar la implementación de medidas comunitarias y estructurales que promuevan el desarrollo integral de los estudiantes. Al proporcionar un entorno acogedor, promover el bienestar emocional y brindar recursos y apoyo adecuados, las instituciones pueden contribuir de manera significativa a la salud mental y al éxito académico de los jóvenes estudiantes. Además, es fundamental fomentar una cultura abierta que mantenga el bienestar y brinde oportunidades para buscar ayuda profesional especializada y accesible en momentos difíciles para los jóvenes. En resumen, es imperativo que las instituciones académicas reconozcan y aborden los desafíos en materia de salud mental que enfrentan los jóvenes universitarios.

Responsabilidades éticas

El consentimiento informado no fue requerido, debido a que la información fue recolectada a partir de fuentes secundarias.

Financiación

No existen fuentes de financiación públicas ni privadas.

Autoría

Los autores han contribuido con la redacción y revisión de la versión final.

Conflictos de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

Bibliografía

1. El Madani H, El Harch I, Tachfouti N, El Fakir S, Aalouane R, Berraho M. Estrés psicológico y sus factores relacionados entre estudiantes de enfermería marroquíes: un estudio transversal. Enferm Clin. 2023;33(3):205–15 [en línea]. [consultado15 Jul 2023]. Disponible en: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1130862123000049.
2. Nagib N, Horita R, Miwa T, Adachi M, Tajirika S, Imamura N, et al. Impact of COVID-19 on the mental health of Japanese university students (years II-IV). Psychiatry Res. 2023;325(2023):115244 [en línea]. [consultado 18 Jul 2023]. Disponible en: https://doi.org/10.1016/j.psychres.2023.115244.
3. Nahar Z, Eqbal S, Supti KF, Hasan N, Kawsar R, Islam R. A dataset on the prevalence and associated risk factors for mental health problems among female university students in Bangladesh. Data in Brief. 2023;48(2023):109203 [en línea]. [consultado 25 Jul 2023]. Disponible en: https://doi.org/10.1016/j.dib.2023.109203.

https://doi.org/10.1016/j.appr.2023.100182

4. Regalado M, Medina A. Mental health: alpha children in a digital world. Aten Prim Prac. 2021;3(4):100108 [en línea]. [consultado 25 Jul 2023]. Disponible en: https://doi.org/10.1016/j.appr.2021.100108.

Mónica Regalado Chamorro
Facultad de Humanidades, Universidad Científica del Sur, Lima, Perú
Autor para correspondencia.
Correo electrónico: regaladomonica26@gmail.com

Hector Baltazar Ayquipa
Facultad de Humanidades, Universidad Científica del Sur, Lima, Perú

Flavio Pineda Florián
Facultad de Humanidades, Universidad Científica del Sur, Lima, Perú

Aldo Medina Gamero
Facultad de Humanidades, Universidad Tecnológica del Perú, Lima, Perú